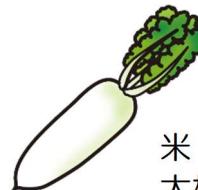


給食だより 1月号



感謝の気持ちをもって食事をしよう

学校給食も家庭での食事も自然の恩恵のうえに成り立つものであり、多くの人の苦労や努力によって支えられているものです。今月は「全国学校給食週間」もあります。この機会にあらためて食べ物の大切さや食事に関わる人の思いについて考えてみましょう。



今月使用の地元食材

米・しゅんぎく・ほうれん草・小松菜・切干し大根
大根・紅くるり大根・キャベツ・白菜・さといも・トマト
あじみ菜・ねぎ・長ネギ・人参・ブロッコリー・いちご

〈1月のフルーツ給食〉

1/27 いちご

ハウス栽培のいちごは、この時期に旬を迎えます。紀の川市は県内でもいちごの名産地です。おいしくて甘酸っぱいいちごを召し上がり。



学校給食について知ろう!

学校給食のはじまり

明治22(1889)年、山形県鶴岡町(現・鶴岡市)の小学校で、家が貧しくてお弁当を持ってこられない子どもたちのために食事を出したのが日本での学校給食のはじまりです。その後、戦争による食料不足で一時中断されてしまったものの、戦後、外国からの援助物資で再開することができました。



給食レシピ紹介

《材料 4人分》

ぶたひき肉 40g
大豆(ゆで) 15g
にんじん 200g
玉ねぎ 50g
ピーマン 10g
ケチャップ 大さじ2と1/2
ウスターソース 小さじ1
コンソメ 1g
塩・こしょう 少々
米油 小さじ1/2

作り方

- ① にんじん、ピーマンは千切り、玉ねぎはみじん切りにする。
- ② 大豆は、細かく切る。
- ③ 調味料は、あわせておく。
- ④ 鍋に米油をひき、ぶたひき肉を炒める。
- ⑤ 玉ねぎ、ピーマン、にんじんも順に炒め、大豆を加える。
- ⑥ あわせておいた調味料を加え、さっと炒めて仕上げる。

◇◇◇「にんじんナポリタン」◇◇◇